SO HELFEN MEDIKAMENTE BEIM ABNEHMEN

Gut untersucht und wirksam

Gegen Übergewicht gibt es auch Medikamente. Sie vermitteln meist ein frühes Sättigungsgefühl, wirken also als Appetitzügler. Oder sie hindern den Körper an einer übermässigen Fettaufnahme.



Dr. Clarence P. Davis
Institut «Swissestetix», Zollikon ZH

VON DR. CLARENCE P. DAVIS

MEDIKAMENTÖS BEGLEITETE Gewichtsreduktionen sind in der Schweiz en vogue. Das ist nicht nur deshalb verständlich, weil immer mehr Leute immer weniger Zeit haben, sich mit einer Diät auseinander zu setzen, sondern auch deshalb, weil in den letzten Jahren mit «Reductil» und «Xenical» zwei Produkte auf den Markt gekommen sind, deren Nutzen gut untersucht und deren Nebenwirkungen relativ gering sind.
Daneben gibt es weiterhin die alten Amphetaminderivate mit ihrem höchst fragwürdigen Nutzen-Risiko-Profil und – als Ausblick in die Zukunft – den Wirkstoff Rimonabant. Er soll 2006 in der Schweiz zur Behandlung des metabolischen Syndroms eingeführt werden. Noch in der Testphase steckt Topiramat, ein Wirkstoff, der in der Epilepsie- und Migränebehandlung eingesetzt wird und neuerdings auch zur Gewichtsreduktion verwendet werden soll. Die Wirkung ist bei letzterem zwar nachgewiesen, weltweit gibt es jedoch noch keine Zulassung.

XENICAL WAR DER ERSTE VERTRETER einer ganz neuen Generation gewichtsreduzierender Medikamente. Er wurde bereits 1998 in der Schweiz für die Behandlung der Adipositas zugelassen, dem krankhaften Übergewicht. Der Wirkmechanismus von Xenical ist äusserst elegant: Orlistat (so heisst der Wirkstoff) hemmt das Enzym Lipase, das für die Fettverdauung zuständig ist. **Damit reduziert sich die Fettaufnahme aus einer Mahlzeit im Darm um bis zu 30 Prozent.** In Anbetracht der Tatsache, dass ein Gramm Fett mit neun Kilokalorien zu Buche schlägt, kann das zu ganz ansehnlichen Resultaten führen.
Konkret haben verschiedene Studien eine Gewichtsreduktion von neun bis zehn Prozent mit Orlistat innerhalb eines Jahres gezeigt und lagen damit signifikant über den Resultaten, die in der vergleichenden Placebogruppe erreicht wurden. **Selbstredend spielt Orlistat daher vor allem bei Personen eine Rolle, deren Essverhalten eine starke Vorliebe für fetthaltige Speisen zeigt** (so genannte «Fat Eaters», siehe auch Seite 22).
Dabei ist aber unbedingt zu beachten, dass unter Xenical eine Umstellung des Essverhaltens mit einer angestrebten maximalen täglichen Fettaufnahme von 30 bis 60 Gramm erfolgt. Dann lassen sich auch die Nebenwirkungen wie Fettstühle, gesteigerter Stuhldrang, Blähungen, Magenkrämpfe und Abgang öligen Stuhls mit damit verbundenen Ölflecken umgehen oder zumindest stark eindämmen.

REDUCTIL, DAS ZWEITE NEUE MITTEL, wurde 1997 erstmals in den USA und 1999 in der Schweiz für die Gewichtsreduktion zugelassen. Mit mehr als 15 Millionen Verschreibungen weltweit hat es seither seinen festen Platz im Arsenal der gewichtsbekämpfenden Ärzte eingenommen. Und das zu Recht!
Sibutramin, wie der Wirkstoff heisst, kann nämlich nicht nur die Nahrungsaufnahme über eine Steigerung des Sättigungsgefühls um etwa 20 Prozent vermindern, es kann auch den Energieverbrauch um drei bis fünf Prozent erhöhen. Damit ist Sibutramin das einzige zugelassene Wirkstoff, der die Nahrungsaufnahme aktiv verändert, aber nicht zur Gruppe der Amphetaminderivate gehört.
Die Wirksamkeit von Sibutramin, sowohl in der kurzfristigen Gewichtsreduktion wie auch in der langfristigen Gewichtsstabilisierung, konnte in mehren Studien eindrücklich gezeigt werden. Aufgrund des Wirkprofils eignet sich Sibutramin vor allem bei Personen, deren Sättigungsgefühl stark vermindert ist oder ganz fehlt («Big Eaters»), solchen die zwischendurch gerne und (zu) häufig knabbern («Snackers») und schliesslich den typischen Naschkatzen («Sweeters»), bei denen die nächste Schokolade immer zur Hand ist.
Wer sich bei dieser geballten Wirkpotenz vor allzu deftigen Nebenwirkungen fürchtet, kann weitgehend beruhigt werden. Hat man nämlich nicht eine der Grundkrankheiten, die das Medikament ausschliessen, also einen schlecht oder gar nicht behandelten Bluthochdruck, Herzinsuffizienz, grünen Star (Glaukom), Herzrhythmusstörungen oder gar eine Herzkranzgefässerkrankung, so kommt man mit Mundtrockenheit, Verstopfung, Schlafstörungen, Schwindel und ähnlichem relativ gut weg. Ein geringer Blutdruckanstieg ist häufig und sollte kontrolliert werden.

TROTZ DER EINDRÜCKLICHEN ERGEBNISSE medikamentös durchgeführter Gewichtsreduktionstherapien und trotz der relativ leichten Verfügbarkeit gewichtsreduzierender Medikamente dürfen wir aber nicht vergessen, dass Medikamente immer nur eine Säule in einem vielschichtigen Ansatz der Gewichtsbehandlung darstellen. **Im Zentrum steht immer eine Veränderung des Ess- und Bewegungsverhaltens.** Denn das Ziel sollte immer eine langjährige Gewichtsreduktion und damit eine Verbesserung der Langzeitlebensqualität sein.